

هكذا من الاصل

في عيد الام

لم تبق كلمة مدح واجلال الا وقيلت في الام ، على مر العصور في كل الحب وتحت جميع الظروف . ومع ذلك ، يبدو ان الكلمات والتصرفات والاعمال لم ولن تف الام حقها علينا وواجبنا تجاهها . بل ليس بإمكاننا ان نعبر عن عرفاننا بالجميل لما تنهله الام ولما تحمله الامومة من اروع وارقي ضروب الانسانية والحياة والبقاء .

فيديا

رأي في مشكلتك أنا شاب في السادسة عشرة من العمر .. مذهبي مسلم ، ومن الطبيعي ان الصلاة واجبة عيسى كل انسان .. اريد ان اصلي ولكن ممارستي للعادة السرية تحول دون ذلك .. وللأسف الشديد لم استطع الابتعاد عن ممارسة هذه العادة .. فارتشوني .. ا.هـ - المحب الحائر

لدى مراجعة أحد الأطباء المختصين بالأمراض التناسلية .. اجاب مشكورا بما يلي : لا شك في ان العادة السرية مخرصة للجسم ، وخاصة لدى الشبان الصغار .. وعلاجها الوحيد هو الإرادة القوية ، فهي التي تساعد على ترك هذه العادة .. كما ان الرياضة ، والتفكير بالاعمال الحسنة التي تشغل فراغك ، هي ايضا من اهم العوامل التي تساعد على ترك هذه العادة ..

مشور

تحفة مع : الاستاذ ابراهيم خوري مدير مركز تأهيل المعوقين والمكفوفين في الناصرة

اعلنت هيئة الامم المتحدة عن سنة ١٩٨١ كعام المعوق العالمي ، والهدف من ذلك هو لفت انتباه المجتمعات العالمية الى هذه الفئة من الناس ومحاوله الإخديدها ، ودعمها وتقديم المساعدات النفسية والمعنوية والمادية لفئات الاعاقات التي حرمتهم الطبيعة مما ينتج به غيرهم من الناس .. وقد توجهت هيئة الامم الى جميع الدول وناشدتهم بنبي الفكرة ، وعلى اثر توجه اللجنة الدولية الخاصة بالبنقة عن الامم المتحدة ، اعربت الحكومة عن موافقتها القوية على مشاركة بقية المجتمعات والدول في هذا العام .. وخلال ايام معدودة تشكلت لجنة اسرائيلية مؤلفة من ١٨ مسؤولا لسي مختلف الوزارات ومؤسسات للتأهيل والمستشفيات والجهات الشعبية ..



كذلك سيقدم في اواسط شباط ١٩٨١ مؤتمر عالمي ليبحث موضوع «المعوق والقانون» بالتعاون مع اللجنة الاسرائيلية للاب والفقير ولجنة التأهيل الاسرائيلية. اما في خريف ١٩٨١ سيقدم مؤتمر عالمي حول «التصميم للمعوق» يشترك فيه وفد من مختلف دول العالم ، وسيتم فيه مناقشة وعرض مختلف الحاجيات

والتوجهات التي تقوم بها في هذا المجال ، وتحت اشراف اللجنة الدولية الخاصة بالبنقة عن الامم المتحدة ، اعربت الحكومة عن موافقتها القوية على مشاركة بقية المجتمعات والدول في هذا العام .. وخلال ايام معدودة تشكلت لجنة اسرائيلية مؤلفة من ١٨ مسؤولا لسي مختلف الوزارات ومؤسسات للتأهيل والمستشفيات والجهات الشعبية .. وقد اطلقت هذه اللجنة عزمها ، وعلمت ان الامم المتحدة ستعقد في عام ١٩٨١ مؤتمر عالمي ليبحث موضوع «المعوق والقانون» بالتعاون مع اللجنة الاسرائيلية للاب والفقير ولجنة التأهيل الاسرائيلية. اما في خريف ١٩٨١ سيقدم مؤتمر عالمي حول «التصميم للمعوق» يشترك فيه وفد من مختلف دول العالم ، وسيتم فيه مناقشة وعرض مختلف الحاجيات

الطبيبة ليانا



امى .. احذر كثيرا في عيدها ! كيف احفظ به ، وكيف احفظ بك ... هل اقلد الكبار لا .. لا اريد ، فلما ارى كثيرا من الامثال والقصص في تخرجاتهم في عيدك .. انا لا اتصدق انهم لا يعرفونك بطبي ولا يعتقد انهم يعرفونك اقل مما احبك ! ولكن احفظهم الصاحب الاستراتيجي في يوم عيدك يبدو وكأنه تغير عن فهمهم لحقك خلال بقية ايام السنة .. او على الأقل تفاسيرهم لا تفهم به وتجاهلهم لكنتك .. ومهما كان ، اعتبر ذلك اسامة لك !

أمى ..

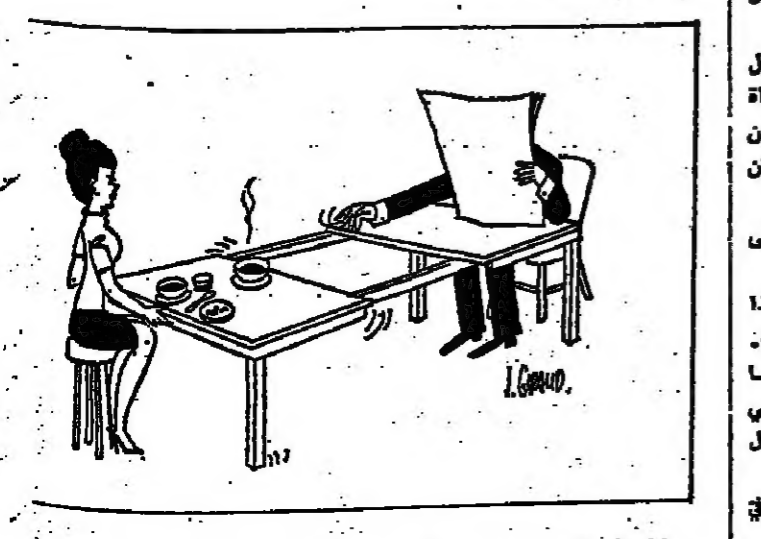
أحب الناس لى امى ومن بالروح تصبى تكلم من ليله قلت على مهدي تصبى كلمة ... فلما تقود بها لساننا ونطقها تنفخنا ... كلمة ... اعطانا ان نكفرها عند مطلق كل صباح وتقوم كل مساء ... كلمة ... اعتدنا ان نستغنى عنها ايل ولا نهارا .. الا وهي كلمة امى .. امى التي علمني الحب والوفاء والامان ، السعادة والتهان .. امى التي خلقت مني رجلا او امرأة ناجحة في المجتمع ، مليئة بالبرقة والانسانية ، تحترق للظروف الزمنية ، محبة لكل انسان فاسر كان ام باقيا ، علمتني النقاء والاخلاق ، لجميع الناس وكل الناس ، قائم تحمل معاني واسعة اكبر من ان يتصورها عقل انسان ، فهي قبل اي شيء تمثل التضحية ثم الحنان ثم الوفاء فالبرقة والانسانية الخ .. من صفات صادقة لا يترا برامى على خط جبينها كقسط مقابلا لتضحياتها ، فهي الام التي لم تطلب ابدا نعم ولا سيدي ، فالام هي الام ، وكسل كلمة تحمل معنى كبير نجدها تعود الى

أجمل تعليق

زاوية يرعاها ستوديو كاسيت الناصرة ، مقابل سينما ندى اشرطة بسيطة من الجودة الممتازة لجميع الطربين والطربيات الشريفة لترانيم عيد الفصح فيما يلي بعض التعليقات التي وصلتنا حول الكاركاتير نشرناه قبل اسبوعين ..



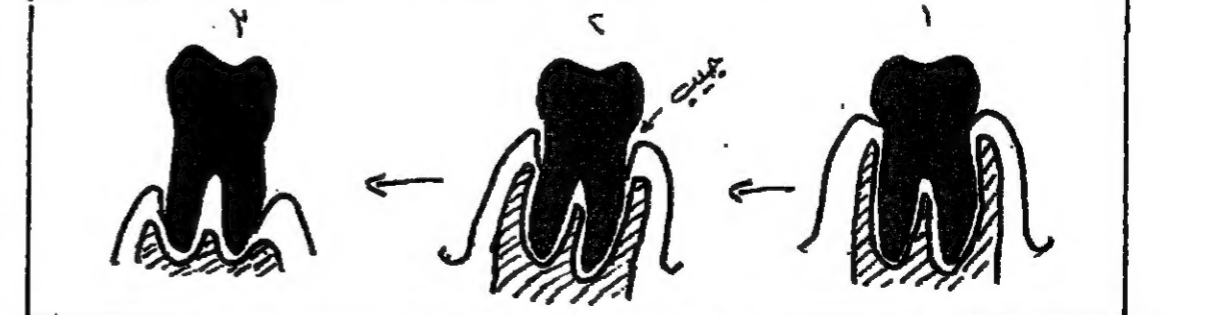
- حيك مر مثل الكينا وقربك نار عم توتينا محمود تاسم زبيدات ، ص.ب ١٠١٢ - طبعون خليفه اسول اربي قلمي يا حاتمى .. منى حسن جارحي - عكا القديسة حب الحياه كده وصال الفت عبد الله تمجب - عكا القديسة يا ماما تجاهليه ، وخليفه طبق جانيبت دؤخني - ترشيحا من حبي بنت عمي انعمى قلمي وخلا بنت عمي تقضب قلمي نمرين ميران بقديشي سمور هالمسكته الوليدي محمد - بئر السبع قلت لك هاي طاقية عيسى نمر - القدس ان كيدنه - وليس كيدنه - عظيم شريف طاهر شريف - سخن الرملة يا هيبيل ، هذا موديل مصطنع اكييلات - بيروية بتصدقني يا امى روح زوجي معنا ايتسام مقصري - عكا رأس امى كمش طاولة سبيل خوري - القدس اخر صيحة في عالم الكلمات ناديا - شعاع - شعاع صبرو ليثي ما تشفقوني طاولة ؟ رؤوف احمد محمدي - طولكرم حاول قداميك .. اتسي صليمة نهاية سعيد - الناصرة وايضا تظلل عنديكم كمان شهر حبيبي عبد الله - نابلس خليفك محتزف على طول وردة كرم - حيفا نردا كراما هيبيلي نثار اخلاص عفيفي - المزرعة وقد فاز بكاسيت سجل هدية ستوديو الناصرة القراء اسماؤهم : محمود زبيدات شريف شريف منى جارحي ايتسام مقصري نهى الفالازين وتمنى لبقية القراء حظا اوفر مع الكا الجديد ..



ملاحظة : نعود ونطلب من القراء ارسال رسائلهم الى ص.ب ٤٢٨ ، القدس ، وليس الى الناصرة او تل ابيب

الثه .. اسبابها وعوارضها

تعرف اللثة بانها القسم الرخو المحيط بالسن ، الزهري اللون ، الا ان التعريف الطبي لها هو كما يلي : اللثة هي القسم المحرور اعلاه والعظم المحيط بالسن واللاصق الذي يغطي سطح الجذر والوتر التي توصل السن بالعظم . هذه الاجسام الاربعة تشكل اللثة المثبتة للسن والتي تشكل اساس السن . اما العظم الذي يتكسى نسي بهت هذا الموضوع فيمضي بيريوس دونولوجيا . وقد تطور هذا العلم في السنوات



الاخرة بشكل حيث ونجح العلماء نسي الوفير على كافة أشكال اللثة ومعالجتها ، نصار من السهل والمضمون منع بعض حالات فقدان جميع الاسنان ، وحتى في سن مبكرة ، نتيجة لامراض اللثة . امراض اللثة في الظروف الطبيعية يكون لون اللثة زهريا وواضحا . كثير من الامراض العامة في الجسم تظهر على اللثة ، ولكننا سنكتفي بالتفريق الى امراض اللثة التي تبدأ من داخل الفم . وتعرف امراض اللثة بانها تلك الامراض التي تتكسى في اللثة التصريبي للانسجة اللينة للسن . وفي المراحل الاولى يمكن علاج هذه الامراض وارجاع اللثة الى وضعها الطبيعي . ويحدث ذلك عندما يتحصن المرضي في القسم الرخو ، اي اللثة الخارجية . لا معنا يترسب المرض الى القسم الصلب ، اي العظم ، فنفسه سيؤوب تدريجيا . وبالطبع في مثل هذه الحالة فان القسم الذي ذاب لا يمكن ارجاعه الى طبيعته ، كما هو الوضع عندما تكون الانسجة في اللثة الخارجية . ومن هنا فان الامراض التي تصيب اللثة الداخلية ، والصلبة ، تعتبر خطيرة .

اسباب امراض اللثة كما ذكرنا ، هناك اسباب عامة تؤدي الى انتفاخ اللثة والى اضعاف القامة الشخصية عند المرضي ، وبالتالي الى تسهيل عملية مهاجمة البكتيريا للعظم . وبعض الامراض التي (توترا) هذه الشروط شائعة جدا ، كالسكري وامراض الدم المختلفة والالتهابات المزمنة وغيرها . الا اننا سنركز اهتمامنا على الاسباب المرضية ، لانها هي التي تهتم . ومن اهم الاسباب ، الجراثيم والترسبات الكلسية المتواجدة على سطح السن . هذه الجراثيم تبدأ بشن هجومها بواسطة السموم التي تفرزها والازدياد هذه السموم والازدياد تهاجم اللثة عند منطقة اتصال اللثة بالسن والتي تشكل خط الدفاع . هذه العملية الهوجومية تؤدي ، بعد عدة ايام من اخر تنظيف اللسان ، الى انتفاخ اللثة ، والسذي بعض كريات الدم . واذا استمر الوضع ، كما هو بدون علاج او عناية بالاسنان ، فان هذا الدفاع الذي تقوده كريات الدم البيضاء في خط الدفاع المذكور ، يضيء الى درجة

الحركة النسائية وجمال النساء

على اثر توجه المعدين من القراء الذين لم يتكلموا من (الحل) الخطا الطبي الذي وقع في (كلمة) قبل اسبوعين ، نعود فنشرها ثانية : تزاتي القارلت .. احفل العالم ، وعلى وجه التحديد نسمة القارة ، في الثامن من هذا الشهر (اليوم العالمي) . وبالطبع عتقت الاجتماعات والقيمت الاحتفالات وجابت الظاهرات شوارع المدن العالمية الخ .. وفي غرنا ، اصدرت بعض زبيدات حركات التحرش النسائية بيانا دعت فيه جيليات نرنا الى «الاحتفال» بهذا اليوم (الاحتفال عن الكياج وعن التمسك وعن الصب) . ولم تكلم هؤلاء ان يقابل تداهن .. بالليل الخفية واهم النساء والازياء المصارحة والانسجام بروعايد القسرام الليلية وغيرها . نعم ، لقد خاب املمن في «زبيدات لم تخين املمن بهذا الشكل» . وفي ذلك عبرة هامة غابت وتغيب عن ذهن بعض زبيدات الحركات التحريضية النسائية في العالم . ان ، كيف يمكن للمرأة ان تتناول نسي عيها وفي اليوم الدولي قاصرتها عن امور علامت بارزة بالنسبة لها .. بل انها كتبتها !

المعوق عادة هو الذي يختار المهنة التي يريد بها وينهض العهد في تأهيله للعمل فيها ، ويقوم بتحويل مدة التأهيل . يقول الاستاذ ابراهيم خوري : يستطيع كل معوق من سن العشرين ليا مشقون ان يتوجه اليها عن طريق مكتب الشؤون الاجتماعية الذي يعمل الى جانب السلطة في مختلف المناطق العربية او عن طريق درواز مؤسسة التالين الوطني ، وبعد ذلك تتخذ الاجراءات اللازمة لتأهيله ، حسب رغبته وقدراته ، للعمل نسي مختلف المجالات .

اما بالنسبة لعام المعوق العالمي فان مركز التأهيل في الناصرة يشترك نسي مختلف النشاطات المتعددة في البلاد وفي الخارج وفقا لما يستطيع ان يقدمه اعضاء المركز وخبروه . وعلم انه في المستقبل سيتم تنظيم خدمات المركز لتشمل مختلف النشاطات للمعوقين العرب التي تقصر اليوم على تأهيلهم للعمل . ويجدر بالذكر انه في امدة القصيرة لتشاطر مركز التأهيل في الناصرة ، استفاد من خدماته عشرات المعوقين والمكفوفين المصرب .

نصائح من قارئة : اعداد : تمام احمد سليمان - البعينة قتل وضع الزيت في القارة ضمي بها خيلا من الملح لتجفيف قرقعة الزيت . اذا احترق طعام على النار فاقمسي الروام او القشورة نورا في وعاء . نيه ماد بارد . بهذه الطريقة لا يصل طعم التليط الى اللعاب المسلية . ثم خشي محتويات الحلة في حلة اخرى واكلمي طبخ الطعام فيها . وكما هو معروف يقل الانسان اسنانه فانه ينتج ضغنا بلغم عادة اكثر من ٥٠ - ٦٠ كيلو غراما . وعندما يقل اسنانه بشدة فان الضغند قد يصل لى ١٢٠ كيلو غراما . ومن المعروف يقل الانسان اسنانه عند الضغ وبأشياء عند البلع والطق . ويكون الضغط بالطبع موزعا على جميع الاسنان ، وتتحلل كلها . اما اذا كانت احدى الاسنان املى من غيرها فلها سوف تلمس تلك الاخر قبل ان تلمسه بقية الاسنان ، وذلك فلها تتحلل الضغط الناتج عن ذلك لوحدها . هذا الضغط الهائل ، عدا عما يبيى من آلم شديدة ، فانه يصف أساس السن ، اي العظم واللثة ، ويحولها الى قريسة سهلة لتشاطر الجراثيم تنبذ علية دم السن . كذلك فان استعمال فرشاة الاسنان بطريقة الغير صحيحة ، اي افقيا ، يؤدي الى اضعاف اللثة . عدا عما يبيى من ضرر في عنق السن . ولا شك انه بعد ان مرنا السبب يسيل بين الداء واستعمال الكوا - يتبع -

يوم لقاء المنتخب القومي الإسرائيلي مع أرنندا الشمالية في كأس العالم

الرياضة الرياضية

اعداد تميز لحة



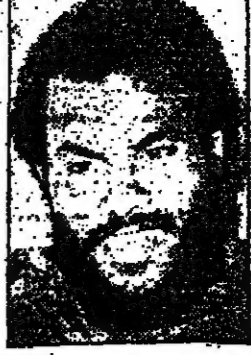
عويد مخنس



موشيه كورياني



جديسون دامتشي



رفعت ترك



غيورا شيفيتل



يعقوب كوهين



حليم بار



ابي كوهين



حامي المرسي



أريه حبيب



يسحق شوم



نوح ابشيتين



فيكي بيرتسي



جيد مخنس



يوسف مزراهي

اللقاء المنتظر بين إسرائيل وارنندا الشمالية

في الساعة الرابعة والتفصين بعد ظهر اليوم - الأربعاء - وعلى استاد رمات غان يجري المنتخب القومي الإسرائيلي أولى مبارياته ضمن مباريات التصفيات للكرة القارية... ومن المحتمل حضور أكثر من أربعين ألف شخص إلى هذه المباراة... ولعب المنتخب الإسرائيلي بالترتيب التالي: أريه حبيب، حارس المرمى، جديسون دامتشي، رفعت ترك، حليم بار، يعقوب كوهين، ابي كوهين، فيكي بيرتسي، عويد مخنس، غيور شيفيتل، يعقوب كوهين، موشيه كورياني.

لقاء مع

الدكتور رضا شورا ..

نصائح للاعبين نرجو مراعاتها

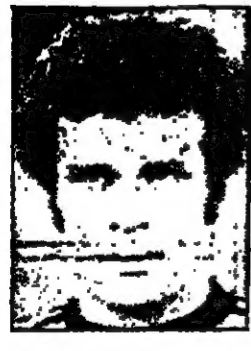
اجرت اللقاء - دينا محمد سماره



يعقوب اكوهيز



عموس بارتير



موشيه شيفيتير

لقاء المکر مع صور شالوم وكلمة لابناء المکر

من سعيد ابو ظلم - المکر يوم السبت القادم يستضيف فريق المکر على ارض ارض صور شالوم ضمن الدوري في مباراة صعبة تقريبا اذا قرر فريق هيرتل المکر متزما على عرض الدوري في منطقة هيرتل.

وقد حلت موزة في المباراة بضرب الفريق نفسه بوضع قدم بين صفوف فريق الدرجة الثانية في الموسم القادم ان شاء الله.

لا شك بغير فريق المکر في سبب المباراة كما ولا شك بروح الرياضيين العالية التي توافقت ككل في جميع المباريات من اجل تحقيق الجليل الا وهو الارتفاع الى الدرجة الثانية.

علينا ان نسجل ضروفا من صور شالوم استفلا حاننا بلق بفايننا وسعنا اضيقه واحلانا القالية ونفت لهم اقوال تشيد المسج عليه السلام: من صعد على ذك الابن فاشطبه الايسر.

التشاط الرياضي الذي تم وسطنا العربي بممارسة الشباب الرياضة يفرد بها المخلقة بمعنى الى ان اترك من الوسائل الصحية التي يمكن بواسطتها المحافظة على لياقة اللاعب سواء قبل المباراة او بعدها ، وخاصة ان الال الرياضيين يمارسون لعبة كرة القدم .. اللعبة الشعبية والحيوية التي تسبب شباها العربي ، حيث انه لا تظفر قرية عربية من فريق او اكثر في لعبة كرة القدم.



الدكتور رضا شورا

اما بعد المباراة هناك جهد قد بذل واطلة كبيرة قد استثمرت ، وفي نفس الوقت تكون الدورة الصوية مركزة لتكوين عضلات القلب وعضلات الجسم المختلفة ، وعلى اعتبار ان عملية الال نفسها عملية تحتاج الى طاقة وجد ، وليس من الصواب ان نهدد الجسم الجهد اساسا اكثر من اللازم.

وكذلك لا نستطيع المدة في هذه الظروف التي يحتاج الجسم فيها الى طاقات لاعضاء مختلفة من الجسم لا نستطيع المدة ان تقوم بواجباتها كاملة.

لذا نكل لاعب ، يحتاج بعد المباراة الى فترة راحة كاملة ، ويختلف هذه الفترة من لاعب لآخر ، ولكن النصح بان تكون على الاقل هذه نصف ساعة ، بعد هذه الفترة يستطيع اللاعب ان يتناول ما يليه له من الطعام والشراب ، شرطه ان يلا محمده في حدود الاعتدال.

وعليه ، توجهت الى الدكتور رضا شورا ، وهو من اكبر المؤيدين للحركة الرياضية في وسطنا العربي ، لا بل هو عضو ادارة فريق مكابي هيرتسي ، وردا على استفتي الكثيرة قال الدكتور رضا :

قبل المباراة .. على اللاعب ان يخلو الى الفراحة التامة في يوم اللقاء .. وان يتناول وجبة متوسطة من الطعام ، وان تكون هذه الوجبة من المواد الكربوهيدراتية والسكرية على اختلاف انواعها ، على اعتبار انها تحوي على طاقة كبيرة من السمراة الحرارية المطلوبة للجهود التي يبذلها اللاعب.

فرارات الحكام الرياضيين كثيرا ما تكون موجهة من اجل المباريات المأهولة التي نصدحها النتائج النهائية احيانا على جزء من اللعبة .. ومن طريق تقنية التصوير الملصق اصبح بالمكان ان النقاط كلمة المراحل الصعبة لحركات اللاعبين الرياضيين ولبرازها على الصورة ، تماما كما يبدو في هذه الصورة المأهولة لحديث لاعبت الجسم وهي تقوم بحركة دوران

احرز رالف ابن اصابة لصالح عين ماسيل .. وفي الشوط الثاني حارل مريو الكباري تغيير النتيجة وملا في الدقيقة الـ ٧٥ انفراد لاعب الكباري بحارس المرمى واحرز هدف التبادل في هذه المباراة التي انتهت بصافية واحدة لكل من الفريقين.

احتر جميع اعضاء الفريقين وبرز من فريق بينار عين مامل محمد عارف وحبيب الله ومطر يوسف حبيب الله.

المزعة - ابو سنان
٣ : صفر
من نجيب صعب .. على ملعب المکر .. فاز فريق هيرتل ٣ : صفر ، على فريق هيرتل ابو سنان ..

بيطار معلوت - سخينين
٤ : ٦
من صالح خوري .. على ملعب معلوت .. التقى فريق هيرتل سخينين مع فريق بيطار معلوت ، في الدقيقة الثالثة برع سليم الكركي اخيه سالم الذي احرز اصابة لصالح سخينين ، وبمعه عمر كيران مسجلا الاصابة الثانية في الدقيقة الـ ١٩ واحرز لاعب معلوت اصابة على اثر ضربة جزاء ١١ م ماصابة الثانية وانتهى الشوط الاول ٤ : ٦ .

هكواج دالية - تعاضيم
١ : ٢
من تيلي وجهه .. على ملعب دالية الكركيل ، تبارى فريق هكواج دالية الكركيل مع هيرتل تعاضيم في الدقيقة العاشرة احرز ربيع حديد اصابة لهكواج دالية وبمعه اكرم حسون مسجلا الهدف الثاني.

تعادل الكباري مع بيطار عين مامل
٢ : صفر
من ابيس حبيب الله .. على ملعب تل هتان ، تبارى فريق بيطار عين مامل مع فريق هيرتل الكباري في الدقيقة الثالثة من ابتداء المباراة ،

عيمق طمرا - ككر مصر
١ : ٤
على ملعب ككر كما .. استطاع فريق هيرتل نيق طمرا احراز على فريق هيرتل ككر مصر باربع اصابات مقابل اصابة واحدة.

بارك الله في المباراة

رز المکر الرامة ، جولوجية ، كشافة حيفا ، كفر كما مكابي ام الفحم ، المزرعة ، هكواج دالية بو الجش ، ترشيحا وتعادل بيطار عين مامل يوعيل عين مامل ، البعينة ومكابي طمرا

حقق الفريق العربي الفوز في المباراة التي أقيمت في حيفا على ملعب المکر الرامة ، وكشافة حيفا ، كفر كما مكابي ام الفحم ، المزرعة ، هكواج دالية بو الجش ، ترشيحا وتعادل بيطار عين مامل يوعيل عين مامل ، البعينة ومكابي طمرا بنتيجة ١ : ٢ .

في المباراة التي أقيمت في حيفا على ملعب المکر الرامة ، وكشافة حيفا ، كفر كما مكابي ام الفحم ، المزرعة ، هكواج دالية بو الجش ، ترشيحا وتعادل بيطار عين مامل يوعيل عين مامل ، البعينة ومكابي طمرا بنتيجة ١ : ٢ .

في المباراة التي أقيمت في حيفا على ملعب المکر الرامة ، وكشافة حيفا ، كفر كما مكابي ام الفحم ، المزرعة ، هكواج دالية بو الجش ، ترشيحا وتعادل بيطار عين مامل يوعيل عين مامل ، البعينة ومكابي طمرا بنتيجة ١ : ٢ .

في المباراة التي أقيمت في حيفا على ملعب المکر الرامة ، وكشافة حيفا ، كفر كما مكابي ام الفحم ، المزرعة ، هكواج دالية بو الجش ، ترشيحا وتعادل بيطار عين مامل يوعيل عين مامل ، البعينة ومكابي طمرا بنتيجة ١ : ٢ .

في المباراة التي أقيمت في حيفا على ملعب المکر الرامة ، وكشافة حيفا ، كفر كما مكابي ام الفحم ، المزرعة ، هكواج دالية بو الجش ، ترشيحا وتعادل بيطار عين مامل يوعيل عين مامل ، البعينة ومكابي طمرا بنتيجة ١ : ٢ .

في المباراة التي أقيمت في حيفا على ملعب المکر الرامة ، وكشافة حيفا ، كفر كما مكابي ام الفحم ، المزرعة ، هكواج دالية بو الجش ، ترشيحا وتعادل بيطار عين مامل يوعيل عين مامل ، البعينة ومكابي طمرا بنتيجة ١ : ٢ .

فيما الخازن - الرياضي ...

تعليم ...

وقرر نهار ...

ده وسال ...

اوله ...

عقل ككر كئا ...

اهة توواصل ...

تراء ارسال ...

هلوا من الاصل

